

## 桃園市蘆竹區大華國民小學附設幼兒園 113年4月餐點表

日期		早點	午餐							午點	營養分析(份數)						
			主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	水果	乳品		全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	油脂堅果種子	乳品	水果	熱量(kcal)
4/1	一	滑蛋瘦肉粥	白米飯	鹽水豆包杏菇	蜜汁地瓜干丁	產履青菜	鮮瓜排骨湯	水果	鮮乳	南瓜通心粉	5	2	1.5	1.5	0.5	1	741
4/2	二	鮪魚炒飯	糙米飯	香菇蒸肉	高麗菜炒豆皮	有機青菜	四神湯	水果		清蒸蘿蔔糕+蔬菜湯	4.5	1.5	1.5	2	0	1	627
4/3	三	慶生蛋糕*1+鮮奶	特餐	蕃茄肉醬麵	炸雞腿+地瓜薯條	產履青菜	玉米濃湯	水果		玉米可樂餅*2+麥茶	5	1.8	2	3	0.5	1	804
4/4	四	兒童節															
4/5	五	清明節															
4/8	一	乾拌肉燥麵	白米飯	香酥杏鮑菇	炸醬豆腸	產履青菜	紫菜豆腐湯	水果	優酪乳	地瓜珍珠甜湯	5	1.5	1.5	2	0.5	1	722
4/9	二	客家米苔目	糙米飯	砂鍋魚丁	黃芽干絲	有機青菜	山藥排骨湯	水果		燒賣+玉米濃湯	4.5	2	1.5	1.5	0	1	646
4/10	三	湯餃	特餐	泰式炒河粉	打拋豬	產履青菜	榨菜肉絲湯	水果		小鬆餅*5+鮮奶	4.5	1.5	1.5	1.2	0.5	1	651
4/11	四	海鮮烏龍麵	糙米飯	醬燒大排*1(單品)	鮮瓜燴菇	有機青菜	現磨豆漿	水果		蔥肉餡餅+蔬菜湯	4.5	2	1.5	2	0	1	669
4/12	五	虱目魚粥	地瓜糙米飯	洋蔥肉柳	高麗菜炒甜不辣	有機青菜	蕃茄蔬菜湯	水果		奶油小餐包*1+豆漿	4.5	1.5	1.5	2	0	1	627
4/15	一	炒飯條	白米飯	洋芋起司蛋	魚香豆腐	產履青菜	黃瓜丸片湯	水果	鮮乳	八寶粥	5	1.5	1.5	2	0.5	1	722
4/16	二	蛤蠣魚片湯麵	糙米飯	海苔脆雞	扁蒲炒菇	有機青菜	酸白菜凍豆腐湯	水果		水煎包+蔬菜湯	4.5	2	1.5	2	0	1	669
4/17	三	關東煮	特餐	烏魚米粉湯	豆干燒海結	產履青菜	芝麻包	水果		菠蘿麵包+豆漿	4.5	1.5	2	1.2	0	1	604
4/18	四	排骨糙米粥	糙米飯	糖醋肉	芹菜炒魷魚	有機青菜	綠豆地瓜甜湯	水果		鍋貼*3+蘿蔔貢丸湯	5	2	1.5	2	0	1	704
4/19	五	蘑菇彩色貝殼麵	燕麥飯	義式番茄燉雞	鮮菇花椰菜	有機青菜	奶香火腿南瓜濃湯	水果		紙杯蛋糕+鮮奶	4.5	1.5	2	1.5	0.5	1	677
4/22	一	芋頭米粉湯	黑芝麻白米飯	照燒菇豆腐	絲瓜滑蛋	產履青菜	味噌蘿蔔湯	水果	優酪乳	九份芋圓	5	1.8	1.5	1.5	0.5	1	724
4/23	二	餛飩湯麵	糙米飯	日式燒雞	高麗菜炒年糕	有機青菜	海結排骨湯	水果		麥克雞塊*3+蛋花湯	4	2.2	1.5	2.5	0	1	673
4/24	三	叻仔魚炒飯	特餐	奶油鮮菇義大利麵	虱目魚排*1	產履青菜	羅宋湯	水果		玉米脆片+鮮奶	4.2	1.8	1.5	2	0	1	631
4/25	四	海鮮炒意麵	糙米飯	茄汁雞丁	鮮蔬寬粉	有機青菜	現磨豆漿	水果		糯米珍珠丸*2+紫菜湯	4.2	2	1.5	1.5	0	1	625
4/26	五	蔬菜麵疙瘩	麥片飯	京醬肉絲	奶香燒白菜	有機青菜	肉骨茶湯	水果		醬燒小肉包*2+豆漿	4.5	2	1.5	1.5	0	1	646
4/29	一	茄汁肉醬通心粉	白米飯	紅燒凍豆腐	菜脯蔥蛋	產履青菜	魚羹湯	水果	鮮乳	花生薏仁	4	1.8	1.5	2	0.5	1	677
4/30	二	玉米香菇粥	糙米飯	酸白菜炒肉絲	鮮瓜蒟蒻	有機青菜	香菇雞湯	水果		山藥排骨湯	4.5	2	1.5	1.5	0	1	646

蔬菜為預先排定,受天氣及採收期等因素影響,若有調動敬請見諒  
 豬肉來源:國產(臺灣)豬